

# Bearbeitet die folgenden Aufträge zum Risikofaktor MANGELNDE BEWEGUNG

## 1. Information

- » Lest euch das Informationsblatt zum Thema „Mangelnde Bewegung“ durch.
- » Markiert die wichtigsten Informationen.

## 2. Analyse

- » Beantwortet die nachstehenden Fragen mit Hilfe der Informationen aus dem Informationsblatt. Zusätzlich könnt ihr im Internet recherchieren.

### a. Status Quo in Österreich

- I. Was wird unter körperlicher Aktivität verstanden?
- II. Wie viele Österreicherinnen und Österreicher sind ausreichend körperlich aktiv?
- III. Welche Sportarten werden regelmäßig ausgeübt?

### b. Folgen

- I. Welche Folgen hat mangelnde Bewegung für die Betroffenen?

### c. Maßnahmen

- I. Wie kann mangelnder Bewegung vorgebeugt werden?  
(Bei Kindern und Jugendlichen, in der Schule, durch Sportvereine)

## 3. Wandplakat

- » Bereitet die wichtigsten Informationen auf einem Wandplakat auf.